

результатов, необходимо в дальнейшем исследовать большее количество испытуемых.

Во-вторых, для уточнения полученных результатов необходимо использование дополнительных тестов (контрольных упражнений), отражающих проявление антиципационной состоятельности (прогностической компетентности) именно в непосредственной двигательной деятельности. Для оценки умений педагога по физической культуре предвидеть различные ситуации в поведении детей и их двигательной деятельности, связанные с упреждением ситуаций опасного характера требуется разработка именно таких контрольных упражнений.

Список литературы

1. Ломов, Б.Ф. Антиципация в структуре деятельности / Б.Ф. Ломов, Е.Н. Сурков. – М.: Наука, 1980.
2. Менделевич, В.Д. Клиническая и медицинская психология: учеб. пособие / В.Д. Менделевич. – М.: Медпресс-информ, 2005.
3. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. – СПб.: ООО «Речь», 2002.

МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ ОЦЕНКИ ВЕСТИБУЛЯРНОГО АНАЛИЗАТОРА У МАЛЬЧИКОВ ПЕРИОДА ВТОРОГО ДЕТСТВА Г. ТЮМЕНЬ, НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ЗАНЯТИЙ ЕДИНОБОРСТВАМИ

Колунин Евгений Тимофеевич

Прокопьев Николай Яковлевич

Тюменский государственный университет,

г. Тюмень

Аннотация. У 36 мальчиков периода второго детства, занимающихся единоборствами, посредством функциональных проб Ромберга-2 и Яроцкого проведено изучение функции вестибулярного анализатора. Установлено, что у всех мальчиков вестибулярная устойчивость находилась в пределах физиологических значений, свойственных данному возрасту, а по мере их взросления увеличивалась.

Ключевые слова: мальчики, единоборства, вестибулярный анализатор.

Актуальность исследования. На протяжении многих лет в нашей стране широко культивируются спортивные единоборства [2, 6]. За последние годы в России значительно возрос интерес у детей заниматься различными видами единоборств [1, 3, 5], что требует, во-первых, тщательного проведения медико-педагогического отбора для занятий в секциях борьбы и, во-вторых, контроля их функционального состояния на начальном этапе занятий единоборствами.

Одна из основных задач занятий единоборствами, это увеличение не только двигательной активности [8], но и совершенствование духовного, психического и физического совершенства юного спортсмена как личности [4, 7, 9].

Цель: изучить функцию вестибулярного анализатора у мальчиков периода второго детства г. Тюмень на их начальном этапе занятий единоборствами.

Материал и методы исследования. Обследовано 36 мальчиков возраста 8-12 лет г. Тюмень, входящих в первую и вторую группу здоровья (табл. 1), приступивших к занятиям единоборствами. При оценке возраста мы придерживались принятой в 1965 году в Москве возрастной периодизации онтогенеза человека, согласно которой периоду второго детства соответствуют мальчики 8-12 лет. Санитарно-гигиенические условия при обследовании детей соответствовали санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам для школ 2.4.2 1178-02.

Для изучения координационных способностей, свидетельствующих о функциональном состоянии вестибулярного аппарата мальчиков, использованы стандартные, простые в использовании и доступные каждому преподавателю физкультуры в школе или тренеру спортивной школы пробы Ромберга-2 и Яроцкого. За нормативные значения пробы Ромберга-2 нами взяты следующие значения: для детей 8 лет – 21 сек, 9 лет – 24 сек, 10 лет – 28 сек, 11 лет – 30 сек, 12 лет – 36 сек. Проба Яроцкого заключалась в выполнении кружений головой в одну сторону (вправо или влево) в темпе два кружения в 1 секунду. В

этой пробе нами фиксировалось время сохранения равновесия, которое у нетренированных людей в среднем составляет 28 секунд.

Результаты проведенных проб обработаны методами математической статистики с использованием t – критерия Стьюдента.

Исследования соответствовали Хельсинской декларации и Приказу МЗ РФ № 226 от 19.06.2003 «Правила клинической практики в РФ». Соблюдены принципы добровольности, прав и свобод личности, гарантированных статьями 21 и 22 Конституции РФ.

Результаты и их обсуждение. Результаты исследования свидетельствовали, во-первых, о том, что на начальном этапе занятий единоборствами у обследованных нами мальчиков периода второго детства функциональное состояние вестибулярного аппарата по пробе Ромберга-2 (табл. 1) находилось в пределах возрастных нормативных значений. Во-вторых, по мере увеличения паспортного возраста у всех мальчиков отмечалось достоверное повышение вестибулярной устойчивости ($p < 0,05$). Так, за период от 8 до 9 лет возрастной прирост вестибулярной устойчивости мальчиков в абсолютных значениях повысился на 3,4 сек, от 9 до 10 лет – на 4,1 сек, от 10 до 11 лет – на 1,6 сек, от 11 до 12 лет – на 6,1 сек.

Таким образом, у всех мальчиков на начальном этапе занятий единоборствами не было медицинских противопоказаний для проведения тренировочного процесса.

Характеризуя функциональное состояние вестибулярного аппарата мальчиков на их начальном этапе занятий единоборствами по пробе Яроцкого, мы должны отметить, что все мальчики при вращении головой сохраняли вертикальное положение и не качались. Достоверных возрастных различий в функции вестибулярного аппарата по пробе Яроцкого мы не выявили ($p > 0,05$). Тем не менее, у всех мальчиков вестибулярная устойчивость в абсолютных значениях повышалась. Так, за период от 8 до 9 лет возрастной прирост вестибулярной устойчивости в абсолютных значениях повысился на 0,3 сек, от 9 до 10 лет – на 0,6 сек, от 10 до 11 лет – на 0,3 сек, от 11 до 12 лет – на 0,3 сек.

Таблица 1 - Возрастные показатели функции вестибулярного анализатора по пробам Ромберга-2 и Яроцкого мальчиков 8-12 лет на начальном этапе занятий единоборствами ($M \pm m$)

Мальчики	Возраст, лет				
	8 n = 7	9 n = 7	10 n = 7	11 n = 7	12 n = 8
Проба Ромберга-2					
Показатель	21,2 $\pm$ 1,3*	24,6 $\pm$ 1,5**	28,7 $\pm$ 1,8**	30,3 $\pm$ 2,1**	36,4 $\pm$ 2,5**
Возрастной прирост	-	3,4	4,1	1,6	6,1
Проба Яроцкого					
Показатель	28,3 $\pm$ 1,7	28,6 $\pm$ 1,7	29,2 $\pm$ 1,8	29,5 $\pm$ 1,8	29,8 $\pm$ 1,9
Возрастной прирост		0,3	0,6	0,3	0,3

Примечание: * и ** достоверность различий при $p < 0,05$.

На основании выполненного исследования можно заключить:

1. У всех мальчиков периода второго детства г. Тюмень на их начальном этапе занятий единоборствами вестибулярная устойчивость по пробам Ромберга-2 и Яроцкого находилась в пределах физиологических значений, свойственных данному возрасту.

2. По мере взросления мальчиков вестибулярная устойчивость возрастает.

3. Для оценки вестибулярной устойчивости у детей, желающих заниматься единоборствами, предпочтение следует отдавать простым и валидным функциональным пробам Ромберга и Яроцкого.

Конфликт интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Прозрачность исследования. Исследование не имело спонсорской поддержки. Авторы несут полную ответственность за предоставление окончательной версии рукописи в печать.

Декларация о финансовых и других взаимоотношениях. Авторы принимали участие в разработке темы, дизайна исследования и написании рукописи. Окончательная версия рукописи была согласована и одобрена всеми авторами. Авторы не получали гонорар за исследование.

Список литературы

1. Альжанов, Х.Х. Поединок как выбор вариантов решений тактически целесообразных эпизодов противоборства при соревновательной подготовке единоборцев / Х.Х. Альжанов, А.Е. Курицына, Г.М. Грузных // Организационно-методические аспекты учебного и учебно-тренировочного процесса в условиях вуза: сборник материалов IV научно-практической конференции преподавателей и аспирантов. – Омск, 2016. – С. 7-14.
2. Близнюк, А.А. Ударные единоборства в составе спортивных единоборств / А.А. Близнюк, И.Г. Малазония, С.Ю. Мальцев // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2018. – № 1. – С. 18-19.
3. Голец, А.В. Воспитательный потенциал спортивных единоборств в работе с детьми и молодежью / А.В. Голец, А.И. Бабаков, Л.В. Логинов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. – № 4. – С. 44-47.
4. Емельяненко, Ф.В. Система спортивно-прикладной подготовки (боевое самбо) / Ф.В. Емельяненко // Детский тренер. – 2012. – № 1. – С. 64-77.
5. Козлова, С.Ю. Обучение школьников спортивным единоборствам на уроках физической культуры [Электронный ресурс] / С.Ю. Козлова, Д.Ю. Сергеев // Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения: материалы V научно-практической конференции с международным участием / Московский городской педагогический университет, Педагогический институт физической культуры и спорта. – Электрон. текстовые дан. – М.: МГПУ, 2015. – С. 23-26. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26226648>
6. Миниханов, В.А. Проявление координационных способностей в единоборстве тхэквондо и методика их тренировки / В.А. Миниханов // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. – 2015. – № 3 (6). – С. 14-17.
7. Мотепоненко, А.Г. Воспитание патриотизма обучающихся в условиях учреждений дополнительного образования / А.Г. Мотепоненко, Е.В. Еганов //

Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. – № 1. – С. 39-42.

8. Савченко, О.А. К вопросу об организации двигательной активности / О.А. Савченко // Реализация компетентностного подхода по дисциплине «Физическая культура (подготовка)» в образовательном процессе вуза: материалы межвуз. науч.-практ. конф. (посвященной 70-летию Победы в Великой Отечественной войне) / Омский автобронетанк. инженер. ин-т. – Омск, 2015. – С. 220-225.

9. Шулика, Ю.А. Самозащита без оружия и прикладные единоборства / Ю.А. Шулика, В.А. Самойленко, А.А. Саликова. – Краснодар: Краснодарские известия, 2002. – 119 с.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПИАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ К ПОДГОТОВКЕ НАЧИНАЮЩИХ СПОРТСМЕНОВ В ЛЫЖНЫХ ГОНКАХ И БИАТЛОНЕ

Корчевой Леонид Николаевич

Денисова Ольга Игоревна

Романов Алексей Александрович

*Дальневосточная государственная академия физической культуры,
г. Хабаровск*

Аннотация. В статье раскрываются вопросы величины воздействия спортивной нагрузки на организм юных спортсменов лыжников и биатлонистов в каждом периоде их возрастного развития, а также её соответствие индивидуальным, генетически обусловленным адаптационным возможностям.

Ключевые слова: методики подготовки лыжников-гонщиков и биатлонистов, период возрастного развития, биологическое созревание, морфологические и функциональные особенности юного организма, многолетняя подготовка спортсменов.

О недопустимости форсирования кондиционной подготовки детей и подростков в спорте было написано достаточно много [1, 2, 3, 4]. Первое упоминание этой проблемы обнаружено нами в статье видного английского специалиста Ф. Вебстера, датированной 1948 годом. В так называемый